

BAB 1

PENDAHULUAN

1.1. Latar Belakang

Dismenore adalah suatu kondisi yang muncul pada wanita sebelum, selama, dan setelah menstruasi dan disertai dengan nyeri panggul yang sangat hebat.¹ Dismenore merupakan kram menstruasi yang menyakitkan yang berasal dari rahim, dianggap sebagai salah satu kelainan ginekologi yang paling umum terjadi pada wanita usia subur. Dismenore disebabkan oleh peradangan endometrium dan pelepasan prostaglandin yang menyebabkan kontraksi yang menyakitkan. Sesuai dengan patofisiologinya dismenore diklasifikasikan menjadi dismenore primer dan dismenore sekunder.²

Dismenore primer merupakan kram spasmodik dan nyeri di perut bagian bawah yang dimulai sesaat atau sebelum menstruasi tanpa adanya kelainan panggul. Dismenore primer disebabkan oleh kadar prostaglandin yang tinggi. Prostaglandin menyebabkan kontraksi uterus, dan intensitas kram sebanding dengan jumlah prostaglandin yang dilepaskan. Rasa sakitnya terletak di garis tengah panggul dan mungkin menjalar ke daerah lumbal di punggung atau kaki bagian atas.³ Dismenore sekunder berasal dari kelainan patologis, seperti endometriosis yang merupakan penyebab paling umum, penyakit radang panggul kronis, adenomiosis, polip endometrium, kista ovarium, kelainan kongenital, dan komplikasi alat kontrasepsi intrauterin. Gejala dismenore sekunder berhubungan dengan nyeri yang menyebar atau terus-menerus, yang tidak selalu terjadi selama menstruasi.²

Prevalensi pasti untuk dismenore sulit ditentukan karena beragamnya gejala subjektif dan kriteria diagnosis. Dismenore adalah masalah umum yang dialami oleh 50-90% wanita usia reproduksi di seluruh dunia. Prevalensi dismenore tinggi tercatat pada mahasiswa di Mesir 92,9%,⁴ Irlandia 91,5%,⁵ Iran 89,1%,⁶ Yunani 89,2%,⁷ Nigeria 83,1 %,⁸ Rwanda 77,3%, Zimbabwe 75,9%,⁹ Uganda 75,8%,¹⁰ Ghana 74%.¹⁰ Sedangkan prevalensi terendah tercatat di Jepang 15,8%, Lebanon 26,8%,¹¹ dan Cina 41,7%.¹² Prevalensi di negara-negara Asia Tenggara, Malaysia mencapai 69,4%, Thailand 84,2% dan di Indonesia angka kejadian dismenore

64,25% terdiri dari 54,89% dismenore primer serta 9,36% dismenore sekunder.¹³ Belum ada informasi pasti mengenai prevalensi dismenore di Provinsi Sumatra Barat. Penelitian yang dilakukan oleh Yudha pada tahun 2019 pada siswi SMA di Kota Padang menunjukkan bahwa dari 76 siswi, 13,16% orang mengalami dismenore berat, 35,53% orang mengalami dismenore sedang, 39,45% orang mengalami dismenore ringan dan 12,5% orang tidak mengalami dismenore.¹⁴ Berdasarkan penelitian Maghfira (2021) menyatakan bahwa dari 116 mahasiswi Program Studi S1 Kebidanan Fakultas Kedokteran Universitas Andalas, diperoleh 74,14% responden mengalami dismenore.¹⁵

Dampak buruk dismenore pada remaja yaitu menyebabkan terganggunya kegiatan belajar mengajar, kecenderungan tidur didalam kelas saat kegiatan belajar, dan sulit memperhatikan penjelasan guru. Hal ini dapat mempengaruhi prestasi dibidang akademik dan non akademik. Dismenore memang bukan ancaman bagi kehidupan, tetapi mempengaruhi kualitas hidup perempuan. Zhao (2021) dalam hasil penelitiannya menyatakan bahwa wanita dengan dismenore primer memiliki prevalensi depresi jauh lebih tinggi dari pada mereka yang tidak mengalami dismenore.¹⁶ Dismenore juga dapat meningkatkan persepsi negatif yang mengakibatkan kesepian dan berkurangnya partisipasi dalam aktivitas sosial.¹² Meskipun prevalensinya tinggi dan berdampak pada aktivitas sehari-hari, dismenore kurang mendapat perhatian ilmiah dan klinis. Penyakit ini sering kali tidak ditangani secara memadai dan bahkan diabaikan, mengingat banyak perempuan muda yang lebih memilih untuk menderita secara diam-diam tanpa mencari nasihat medis. Wanita menganggap dismenore sebagai hal yang memalukan dan tabu, dan juga menganggap rasa sakit sebagai respon yang tidak dapat dihindari terhadap menstruasi yang harus ditoleransi.¹⁷

Pengobatan dismenore ditujukan untuk memberikan pereda nyeri yang cukup agar pasien dapat melakukan sebagian besar aktivitas sehari-hari. Terapi farmakologis dan non farmakologi merupakan pilihan potensial untuk mengelola dismenore. Salah satu terapi farmakologis serta lini pertama untuk mengobati dismenore adalah *Nonsteroidal anti-inflammatory drug* (NSAID), namun NSAID diketahui memiliki efek samping yang mempengaruhi mukosa lambung, sistem ginjal, sistem kardiovaskular, sistem hati dan sistem hematologi.^{2,18} Dampak yang

lebih parah adalah dampak mental psikologis yang membuat penderitanya tersugesti dan tidak bisa melepaskan diri dari obat-obatan.¹⁹

Pengobatan non farmakologi untuk dismenore dapat berupa kompres air hangat, minuman herbal, akupresur, musik klasik, minyak kayu putih, aromaterapi, olahraga dan yoga. Berdasarkan penelitian yang dilakukan Ariyanti pada remaja putri di Tabanan tahun 2022 menunjukkan bahwa terapi non farmakologi yang sering digunakan oleh remaja untuk mengurangi nyeri haid adalah minuman herbal. Minuman herbal yang dipercaya secara turun-temurun mampu mengurangi dismenore adalah kunyit asam (42%), jahe hangat (22%) dan air kelapa (14%).²⁰ Dalam hal ini masyarakat Indonesia hanya percaya bahwa mengonsumsi kunyit asam dapat mengurangi keluhan dismenore, namun masyarakat tidak mengetahui kandungan dari kunyit tersebut.²¹

Salsabila dan Neily (2022) dalam literturnya menyatakan bahwa konsumsi minuman kunyit asam lebih efektif meredakan dismenore dibandingkan dengan jahe. Hal tersebut disebabkan karena aktivitas antioksidan dalam kunyit asam cenderung lebih tinggi dibandingkan minuman jahe.²² Kunyit asam memiliki mekanisme kerja yang berbeda dengan pengobatan non farmakologi lainnya seperti kompres hangat dan aromaterapi yang mana pengobatan tersebut mengurangi nyeri dengan memberikan rasa nyaman pada tubuh. Sedangkan kunyit asam mengurangi dismenore dengan mengurangi pelepasan prostaglandin yang berperan terhadap nyeri.²⁰ Secara ilmiah, kunyit memiliki kandungan bahan aktif seperti curcumin, cucumenol, antosianin, tanin, saponin, alkaloid, dan flobotamin.²³ Curcumin bekerja menghambat reaksi *cyclooxygenase* (COX) yang menghambat dan mengurangi terjadinya reaksi inflamasi, sedangkan curcumenol dalam kunyit berfungsi sebagai analgesik yang akan menghambat pelepasan prostaglandin yang berlebihan melalui jaringan epitel halus uterus.²⁴

Asam jawa memiliki agen aktif yaitu antosianin yang mempengaruhi sistem saraf otonom untuk bisa mengurangi kontraksi uterus dan sebagai analgetik.²⁵ Hal ini diperkuat oleh krisnamurti (2021) dari visualisasi pengikatan kompleks, ditunjukkan bahwa senyawa kompleks kunyit asam yang mengikat COX memberikan penghambatan yang efisien. Senyawa ini memblokir dan mencegah pengikatan asam arakidonat sebagai substrat asli sehingga menyebabkan

pengurangan sintesis prostaglandin.²⁶ Marwasariaty dan Hasna (2024) dalam hasil penelitiannya mengatakan bahwa kunyit asam juga dapat menghambat kontraksi uterus dengan mekanisme kerja mengurangi influks ion kalsium (Ca²⁺) ke dalam kanal kalsium pada sel-sel epitel uterus.²⁴

Nufus dan Sutarno (2023) menyatakan bahwa minuman kunyit asam mampu meredakan nyeri karena merangsang hormon endorphin juga serotonin pada sistem saraf.²⁷ Penelitian yang dilakukan Sutrisno (2022) terhadap responden yang mengalami menstruasi dengan pemberian kunyit asam. Sebelum pemberian intervensi minuman kunyit asam bahwa sebagian besar responden mendapatkan tingkat nyeri sedang 30,8% dan nyeri berat 69,2%. Setelah diberikan intervensi tingkatnya nyeri menjadi ringan 50%, dan sedang 50%. Data ini menunjukkan bahwa terjadi penurunan yang signifikan terhadap tingkat nyeri dismenore yang dialami responden.²⁸ Hasil penelitian Romlah pada tahun 2021 menunjukkan bahwa pemberian minuman kunyit asam dapat menurunkan derajat dismenore setelah 1 jam. Kandungan curcumin dan minyak atsiri pada kunyit kombinasi antosianin dan tanin pada asam jawa menurunkan derajat dismenore.²⁹

Berdasarkan uraian diatas, penulis tertarik untuk melakukan studi literatur apakah mengonsumsi kunyit asam dapat mengurangi derajat dismenore. Pada penulisan studi literatur ini dengan cara menganalisis data dari penelitian sebelumnya yang telah dipublikasikan.

1.2. Rumusan Masalah

Berdasarkan latar belakang yang telah diuraikan maka penulis menyimpulkan rumusan masalah yaitu “Bagaimana pengaruh pemberian minuman kunyit asam terhadap penurunan derajat dismenore?”.

1.3. Tujuan Penelitian

1.3.1. Tujuan Umum

Tujuan penulisan literatur ini adalah mengetahui pengaruh minuman kunyit asam terhadap penurunan derajat dismenore.

1.3.2. Tujuan Khusus

- 1) Mengetahui kandungan bahan aktif yang terdapat dalam kunyit asam
- 2) Mengetahui pengaruh kunyit asam terhadap penurunan derajat dismenore.

1.4. Manfaat Penelitian

1.4.1. Bagi Penulis

Manfaat bagi peneliti untuk dapat meningkatkan kemampuan dalam mengerjakan studi literatur, memperoleh pengetahuan mengenai pengaruh kunyit untuk mengurangi derajat dismenore, serta mengembangkan sikap berpikir kritis dan ilmiah.

1.4.2. Bagi Klinisi

Meningkatkan pengetahuan petugas kesehatan dalam memberikan pengobatan non farmakologi dalam mengurangi derajat dismenore.

1.4.3. Bagi Masyarakat

Untuk memberikan informasi pengaruh kunyit asam untuk mengurangi derajat dismenore sehingga dapat melakukan pengobatan mandiri di rumah.

1.4.4. Bagi Institusi Pendidikan

Tinjauan literatur ini dapat memberikan informasi untuk dijadikan sebagai tambahan data yang sudah ada terkait dengan dismenore. Hasil studi literatur ini juga diharapkan dapat menjadi referensi atau rujukan dalam penelitian selanjutnya.

